RADY PRAKTYCZNE



1. *Płaszczyk z kasha w kolorze czerwonym, wykończony sznurem biało-czarnym. Na bokach naszycie ze sznura w kształcie kieszonek.*
2. *Paltocik z jersey'u w kolorze ciemno-banana. Ozdobiony stebnówką.*

DLA NASZEJ DZIATWY.


3 4

3. Sukieneczka dla 4—5-letniej dziewczynki z rypsu wełnianego w kolorze ciemno-ceglastym. Dół spódniczki, rękawów oraz szyjka, wykończone luźnym wypukłym haftem z bronrowego lase.

4. Ubranko dla 6—7-letniego chłopca. Bluzeczka z miękkiego wełnianego materjału w kolorze bege lub popielatym. Spodenki bronzowe do bege bluzeczki i granatowe do popielatej.

DLA NAJMŁODSZYCH.



5 6

5. Fartuszek z materiału bieliźnianego lub kolorowego gładkiego kretonu, przybrany plisami w innym kolorze i kolorowym haftem.
6. Fartuszek dla 5-letniej dziewczynki z kretonu kolorowego lub materiału bieliźnianego, obdziergany kolorową bawełną.

Nasza forma bibułkowa.



Do wrześniowego numeru M. M. (17—18) dołączamy bibułkową foremkę fartuszka dla 3-letniej dziewczynki.

Fartuszek robimy z jasnego lub ciemnego kretonu w drobny rzucik.

Brzegi fartuszka wykańczamy pliską w kolorze tła materiału albo dobieramy, przeważający lub najjaskrawszy kolor rzucika. Z tego samego gładkiego materjału robimy wiązanie na bokach fartuszka.

Na taki fartuszek trzeba wziąć 40 cm kretonu o szerokości 80 cm. Jest to zwykła szerokość kretonów, choć zwracamy uwagę czytelniczek, że są w handlu kretony gorszego gatunku o szerokości 75 cm.

Taki kawałek 40 cm × 80 cm składamy na połowę, łącząc z sobą brzegi, obrobione maszyną, a nie cięte.

W ten sposób otrzymujemy podwójny kawałek 40 cm szeroki. Kładziemy na niego załączoną foremkę, która jest przodem fartuszka, przypinamy szpilkami, aby przy krajaniu nie zsunęła się i kroimy. Otrzymujemy w ten sposób dwa jednakowe kawałki, z których jeden jest przodem, drugi tyłem. Łączymy fartuszek na ramionkach, które zszywamy szwem płaskim, a brzegi fartuszka obszywamy skośną pliską na pół cm szeroka, którą tniemy z kawałka gładkiego kretonu.

Z tego samego kretonu robimy wiązanie na bokach szerokie na 2 cm i wiążemy na kokardy.



wzór na
kieszonkę
A.M.

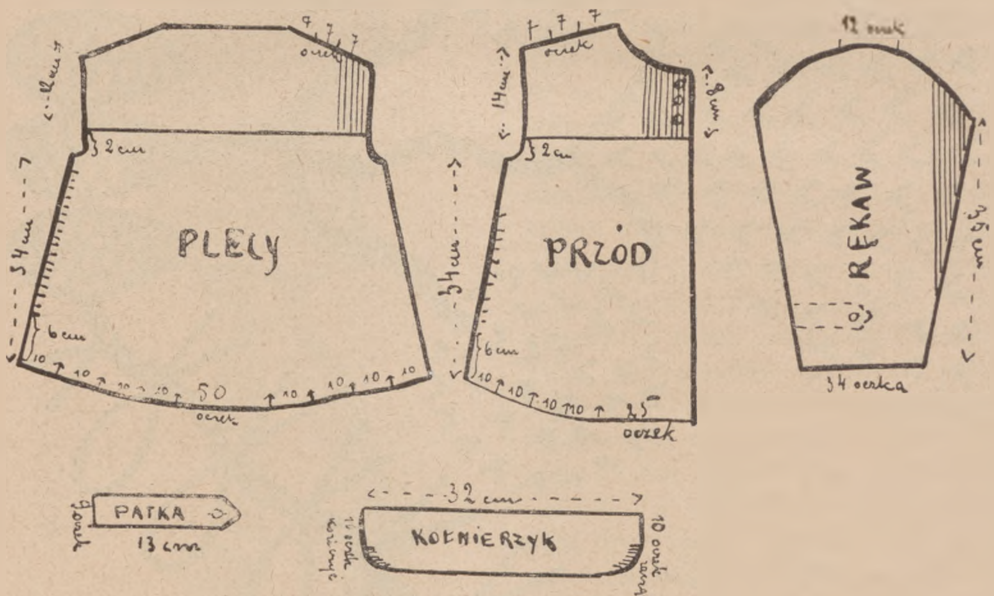
Ścieg łań-
cuszek, janina

Płaszczyk jesienny i kapelusik dla 5-letniej dziewczynki.

Materiał: 500 gr wełny „Polarnej" firmy „Trójkąt w Kole" druty Nr. 2½ „Bato", szydełko Nr. 2½ lub 3 „Bato".

Ściegi: podwójny ryżowy, paskowany, francuski, półsłupki.

Części: plecy, przody, rękawy, kołnierzyk, pateczki na rękawach, aż na drucie będzie 130 oczek razem. Gdy nabieramy oczka w ten sposób, płaszczyk u dołu jest połkolisty i ładnie kloszowo spada Gdy już mamy 130 oczek na drucie, robimy 6 cm prosto Teraz co 1½ cm (6 rzędów) gubimy 1 oczko z każdej strony 18



Płaszczyk: Zaczynamy od pleców, drutami Nr 2½ na 50 oczek, ściegiem ryżowym podwójnym. (Opis ściegu w poprz. numerach). Zaraz w następnym rzędzie dobieramy 10 oczek z każdej strony. Potem jeszcze raz 10 oczek i powtarzamy to tak długo, razy. Gdy bok płaszczyka jest długości 34 cm, gubimy pachę. W pierwszym rzędzie 3 oczka z każdej strony, w drugim 2 oczka. Jeszcze 2 cm w górę i robimy karczek. Na drucie powinno być 84 oczka. Rozpoczynając karczek, gubimy co 2-gie

lub co 3-cie oczko jedno, tak że zostaną na drucie 54 oczka. Karczek zrobiony jest ściegiem „paskowanym” t. zn. 1) rząd: 1 oczko prawo, 1 oczko lewo, 1 prawo, 1 lewo i t. d. 2) rząd: cały na lewo. Obydwa te rzędy powtarzać, w górę robimy jeszcze 12 cm (cała pacha 14 cm) i na ramię gubimy 3 razy po 7 oczek z każdej strony. A potem całą pozostałą ilość oczek prosto na szyję.

Przody: Obydwa robimy jednakowo. Nabieramy 25 oczek na druty i tak jak w plecach dodajemy po 10 oczek za każdym następnym razem. Gdy na drucie będzie 65 oczek, przestajemy dodawać i robimy 6 cm w górę. Potem od strony pachy co 2 cm 1 oczko gubimy 10 razy. Po zrobieniu 34 cm gubimy na pachę 3, 2 i 1 oczko. 2 cm w górę i zaczynamy karczek. Mamy na drucie 49 oczek. Otóż i tu, jak w plecach, ujmujemy w jednym rzędzie 10 oczek co 3-cie lub 4-te oczko. Pozostałymi 39-ma oczkami robimy w górę 8 cm. Teraz zamykamy na dekolt odrazu 6 oczek, potem 4, 3, 2 i 1 oczko. Zostanie na drucie 21 oczek. Gdy pacha będzie w prostej linji 16 cm długości, gubimy owe 21 oczek na ramię dzieląc je na 3 razy 7 oczek. Karczek jak w plecach robiony jest ściegiem „paskowatym“.

Rękawki: Zaczynamy na 34 oczek, ściegiem „paskowanym“. Co 2 cm dodajemy 1 oczko z każdej strony, aż na drucie będzie 58 oczek Wtedy robimy prosto, aż do potrzebnej długości (na modelu 35 cm). Potem wyrabiamy kulę, gubiąc z każdej strony 2 oczka stale, aż zostanie 12 oczek, które spuszczamy odrazu.

Kołnierzyk: Zaczynamy na 10 oczek ściegiem francuskim (stale prawo). Dodajemy z jednej strony 2 razy po 1 oczku i 5 razy po 2 oczka. W ten sposób zaokrąglamy



rożek. Około 18 cm robimy prosto i teraz gubimy 5 razy po 2 oczka i 2 razy po 1 oczku, aż wreszcie wszystkie pozostałe oczka. Kołnierzyk obrabiamy jednym rzędem półsłupków.

Pateczki: Są długości 13 cm. Robione na 9 oczek ściegiem francus-

kim, stale prawo). Żeby wyrobić szpic, gubimy po 1 oczku z każdej strony, ostatnie 3 oczka razem

Kapelusik: Robiony szydełkiem półsłupkami. Zaczynamy od środka główki Łańcuszek z 5-ciu oczek łączymy w kółeczko. 1-szy rząd: 18 półsłupków. W następnych rzędach dodajemy tyle półsłupków, żeby deneczko zawsze było gładkie i równe. Gdy robótka się „faluje", nie dodajemy nic, tylko szydełkujemy tak długo, aż się deneczko wyrówna. Dopiero wtedy zaczynamy znów dobierać. Denko ma 16 cm średnicy. Potem 5 cm prosto i już rondko. W pierwszym rzędzie w co 2-gie oczko dodajemy 1 półsłupek, w 2-gim i 3-cim rzędzie dodajemy co 10 oczek 1 półsłupek. A potem do końca już gładko. Rondko ma 6 cm szerokości.

Uwagi: Wszystkie części przed uszyciem na wilgotno z lewej strony odprasować. Zaszyć ściegiem maszynowym (za igłą). Dół płaszczyka zapina się na 3 guziki z masy perłowej. Guziczek przyszywamy również na pateczce przy rękawku. Pętelki do zapinania zrobione są szydełkiem. Płaszczyk można lekką jedwabną podszewką podszyć. Kapelusik odprasować (najlepiej na odwróconym garnku). Wszyć drucik i opasać wstążką.

Płaszczyk małej Oleńki na modelu był koloru miodu. Wstążka na kapelusiku aksamitna, z tyłu wiązana (końce zwisały), koloru szafirowego.

E. Z

Spacerowy komplecik dla niemowlęcia.

Załączamy fotografię kompletu dla dziecka w wieku od sześciu do osiemnastu miesięcy.

Komplet robimy z materiału wełnianego lub mongolu w kolorze różowym lub innym — jasnym; żółty, banana, niebieski. Oczywiście, że wobec zbliżającej się jesieni podbijamy ciepłą flanelową podszewką. Nie potrzebujemy podszewki przyszywać na moc do wierzchu. Wystarczy najzupełniej, gdy po dokładnym dopasowaniu i uszyciu jednakowo z wierzchem, wsuniemy jedno w drugie i lekko przyfastrygujemy przy szyjce i w paszkach: Takie połączenie obu tych części będzie ogromnie ułatwiało nam pranie, no i okaże się dość wygodne w noszeniu, gdyż w czasie lata będziemy mogli posługiwać się wierzchnią częścią jako letnim płaszczykiem.

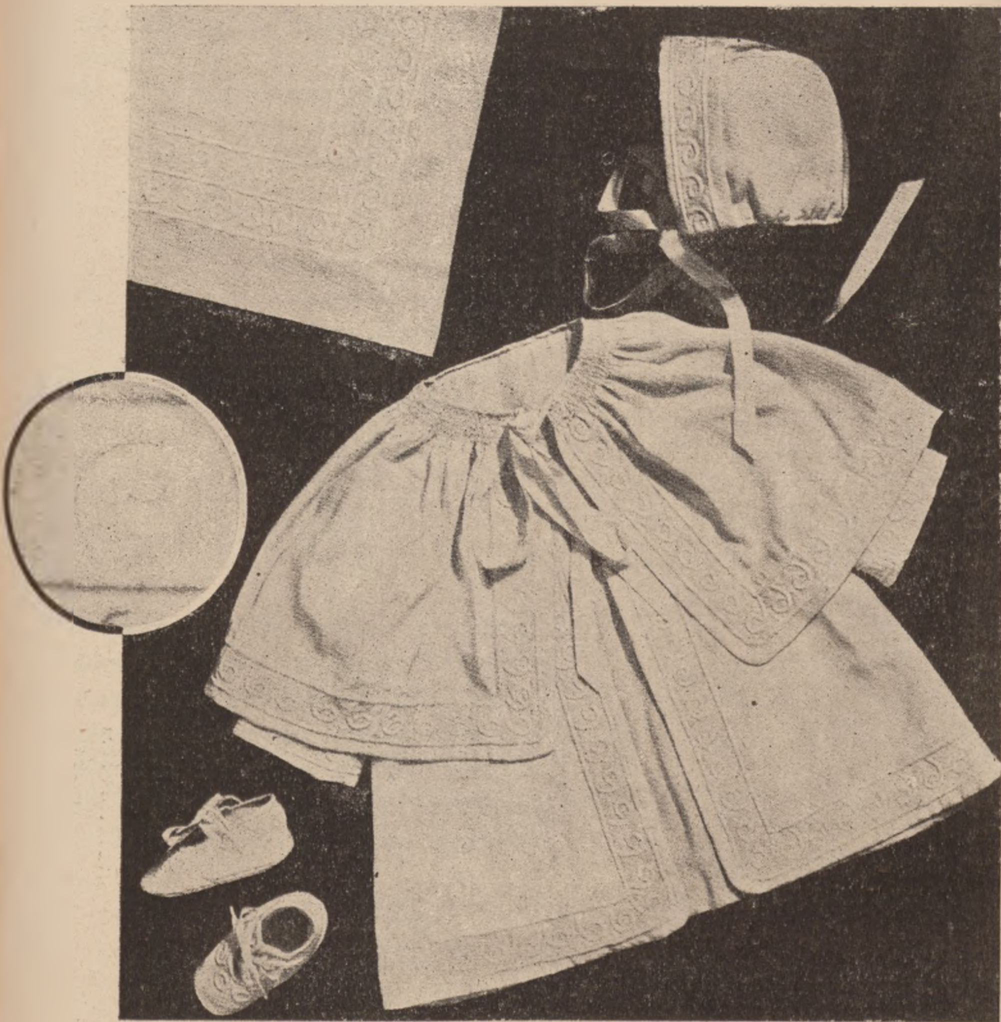
Paltocik, pelerynka, kapturek, a nawet motyw na pantofelku są wykonane tak modnym obecnie upiększeniem — „pikowaniem".

Aby wykonać pikowanie, należy najpierw narysować deseń na pasku muślinu szerokim na 3—4 cm. Następnie, aby deseń był wypukły, bierzemy tej samej szerokości pasek flaneli i nakładamy muślin na flanelę, przypinamy szpilkami równo i gładziutko, nakładamy na lewą stronę

płaszczyka, tak, aby flanela była między muślinem a materjałem i fastrygujemy po brzegach.

Następnie nawlekamy dość grubą igłę grubym jedwabiem do ręcznego

Pelerynka przy szyjce jest namarszczona i wiązana pod bródką na wstążkę. Kapturek składa się z trzech części; boków i pasa, idącego przez środek.



szycia w kolorze materiału i szyjemy t. zw. ściegiem „przed igłą".

Całą sztuką w wykonaniu tak ładnej, a jednocześnie łatwej ozdoby są małe i równe ściegi.

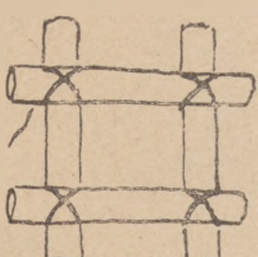
Przy twarzyczce pikowany wyłóg jest luźno wywinięty na kapturek. Wiązanie ze wstążki.

Według rysunku z „La Layette"
opr. Marja-Teresa.

Nasze gospodarstwo.

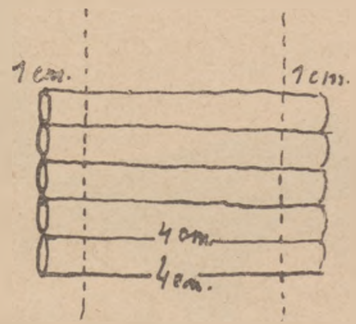
Robimy studzienkę.

W myśl zapowiedzi w poprzednich numerach wprowadzimy do robienia nowych zabawek inny materiał, niż był do tej pory używany, mianowicie: kołeczki od pakunków przyniesionych z miasta, gałązki, patyczki, zapałki wypalone, pudełka od zapałek, szpulki i inne niekosztowne rzeczy. Z tego materiału będziemy budowali domy, wozy, studnie i różne sprzęty potrzebne w gospodarstwie domowym. Zaczniemy budować nasze gospodarstwo od studzienki z „żórawiem". Materiałem budowlanym będą zapałki lub kołeczki. Zapałki łączyć będziemy nitką (rys. 1), kołeczki oprócz



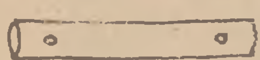
rys 1

tego czterema zapałkami, według wskazówek niżej umieszczonych. 12 kołeczków około 6 cm długości, pół cm grubości układamy w szeregu i przy linijce kreślimy na nich ołówkiem linię odległą na 1 cm od brzegu (rys. 2). Następnie robimy to samo z drugiej strony o ile się uda odrazu na wszystkich kołeczkach, w przeciwnym razie można to zrobić na



rys 2

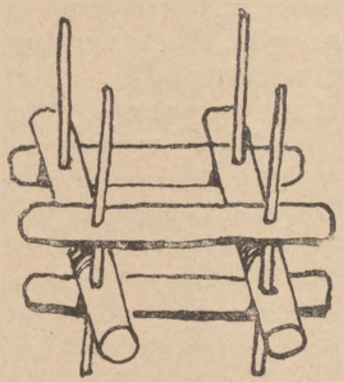
każdym z osobna W oznaczonych punktach przebijamy każdy kołeczek gwoździkiem wdwuch miejscach (rys 3) i przystruganymi odpowiednio cienko w stosunku do wielkości otworów zapałkami mocujemy kołeczki jak wskazuje rys. 4.



rys 3

Wystające zapałki ucinamy do poziomu kołeczków Dla wzmocnienia, można zapałki posmarować klejem.

Skończona studzienka będzie wyglądała jak na rys. 8.



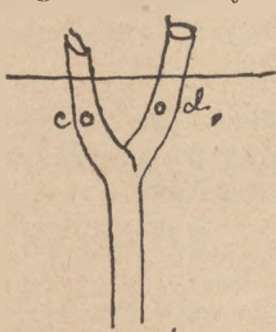
rys 4

Zrobienie żórawia nie przedstawia większych trudności. Ostrużemy dwa patyczki podwójnej długości jak

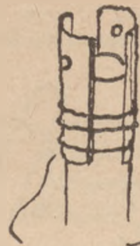


rys 5

kołeczki na studzienkę, jeden z nich zrobimy tej samej grubości co kołeczek, drugi — dwa razy cieńszy,

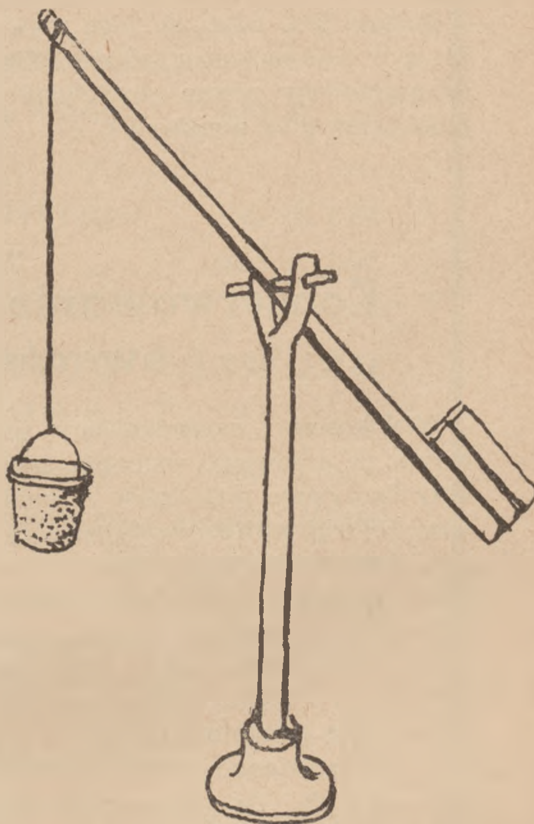


rys 6



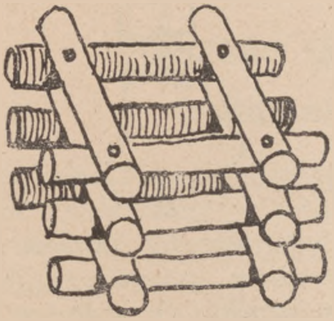
rys 7

następnie utniemy kawałek szpulki i zasadzimy patyczek grubszy w otwór szpulki O ile jest za gruby



rys 9.

w stosunku do otworu, przycinamy go jak na rys. 5.



rys 8

Dobrze jest użyć do tego rozwidloną w jednym końcu gałązkę. Wtedy przytniemy równo rozwidlenie i przebijemy je w punktach c, d

W przeciwnym razie przywiązujemy do patyczka dwa kawałki sztywnego papieru i przebijemy w papierze na wylot dwie dziurki na jednakowej wysokości.

Cieńszy patyczek tej samej długości przebijemy w połowie długości na wylot, na jednym jego końcu przywiązujemy na nitce wiadereczko na drugim przykleimy jeden lub dwa kawałki kołeczka, by wiadereczko uniosło się w górę Na wiadereczko służyć nam będzie mały naparstek lub łupinka orzecha laskowego rys. 9. Z tak zbudowanej studzienki będziemy czerpać wodę, gdy nam będzie gorąco przy budowie domu i zakładaniu całego gospodarstwa.

A. Mularska

Konserwowanie i przechowywanie owoców i jarzyn.

Wielokrotnie wspominaliśmy już o tym, że gotowanie pozbawia artykuły spożywcze niektórych witaminów. Dlatego **konserwowane jarzyny i owoce nie mogą nigdy w całości zastąpić świeżych.** Można jednak obok surowych owoców i jarzyn (wspominaliśmy już, że dziecko w wieku od jednego do dwuch lat powinno spożywać ich 100—250 g dziennie), używać i konserwowanych. Za tym przemawia kilka względów.

Jeśli chodzi o konserwy z owoców, to są one bardzo smaczne i dzieci chętnie je spożywają w postaci marmelad, konfitur, galaretek. Poza tym są one bardzo pożywne, dopomagają trawieniu, zawierają dużo soli mineralnych i ułatwiają matce zestawienie i przygotowanie jadłospisu, odpowiadającego potrzebom dziecięcego organizmu.

Z jarzyn tylko bardzo nieliczne nadają się do konserwowania przez wygotowanie; możemy je zato z większą łatwością przechowywać w stanie surowym.

Przede wszystkim więc roypatrzymy sprawę **konserwowania owoców** przez wygotowanie ich.

Podobnie jak przy gotowaniu jarzyn, tak samo i przy robieniu konserw owocowych musimy dążyć do tego, aby otrzymać możliwie pełnowartościowe artykuły spożywcze. Wprawdzie nie wszystkie witaminy podlegają zniszczeniu przy gotowaniu, w każdym bądź razie jednak gotowanie wpływa niwecząco na niektóre z nich. Częściowo przynajmniej możemy zapobiec temu, stosując przy gotowaniu następujące **przepisy:**

Przede wszystkim czas gotowania musi być możliwie krótki. Ponieważ jednak mermelady, konfitury i galaretki muszą być wysmażone do odpowiedniej gęstości, używamy możliwie płaskich naczyń, aby zawarta w owocu woda mogła szybko wyparować, a sama konserwa owocowa możliwie szybko zgęstnieć. Poza tym używamy do wysmażania konserw owocowych naczyń emaliowanych (bez najmniejszej skazy), a znacznie lepiej jeszcze kamiennych, w metalowych bowiem naczyniach witaminy przy gotowaniu owocu giną szybciej.

Najlepsze do użytku zarówno do smarowania chleba, jak do legumin, są **marmelady.** Sposób ich przyrządzenia jest przypuszczalnie znany wszystkim czytelniczkom. Podajemy go jednak w krótkości na wszelki wypadek. Owoc kraje się na drobne cząstki lub przeciera się go przez włosiane sito i na 1 kilo miazgi owocowej bierze się 80 dkg do 1 kl cukru. Owoc wraz z cukrem gotuje się możliwie krótko aż do odpowiedniej gęstości. Marmeladą tak przygotowaną napełnia się słoiki i owiązuje się je celofanem oraz umocowuje pierścieniem z gumy. Marmelada w słoiku musi sięgać aż do celofanowego papieru, który przylega wprost do wysmażonej miazgi owocowej; tak napełnione słoiki odwraca się do góry dnem i pozostawia się je w tej pozycji do następnego dnia. W ten sposób na powierzchni marmelady tworzy się skorupka, która chroni konserwę od psucia.

Inny bardzo dobry sposób przechowywania marmelady: nie napełniamy słoików marmeladą aż po brzegi, a po ostudzeniu ostrożnie zalewamy ją po wierzchu gorącym syropem cukrowym. Po ostudzeniu tworzy się z tego syropu twarda skorupa, hermetycznie chroniąca marmeladę przed dostępem powietrza.

Dodawania kwasów (salicylowego czy benzoesowego) należy bezwzględnie unikać, o ile konserwa jest przeznaczona dla małych dzieci. Rynkowe środki ochronne zabepieczające konserwie trwałość zawierają takie kwasy.

Suszenie owoców nie jest odpowiednim sposobem konserwawania ich, o ile idzie o małe dzieci. Suszenie niszczy witaminy.

Posiadamy jeszcze dwa sposoby konserwowania owoców, przy których konserwowany owoc nie różni się niczym od świeżego ani pod względem smaku, ani swojej zawartości w witaminy. Sposoby te nie są trudne do przeprowadzenia w zwykłym gospodarstwie.

1) Przechowywanie w miodzie jest zabiegiem nader łatwym i pros-

tym. Najbardziej nadają się do tego sposobu konserwowania winogrona i śliwki. Śliwki jednak można dawać tylko starszym dzieciom (od 3 roku życia). W tym celu napełnia sią słój czy garnek kamienny do połowy miodem, do którego wkłada się starannie obmyte i osuszone czystą serwetką śliwki aż do wypełnienia nimi garnka. Miód musi w każdym razie pokrywać śliwki. Potem owiązuje się garnek czystą szmatką płócienną. Do tego sposobu konserwowania nadają się także grona poobrywane z kiści, byleby nie miały żadnych nadgniłych plamek. Obmywać i osuszać należy grona przed oberwaniem ich z kiści. Miód, któremu obecność w nim owoców nic a nic nie zaszkodzi, zostaje potem zużyty do jedzenia.

2) **Ucieranie owoców surowych trzepaczką do ubijania piany.** Owoc przeciera się przez sito włosiane i pomieszany z taką samą ilością miałkiego cukru ukręca się trzepaczką do ubijania piany przez 3 kwadranse Ukręconą w ten sposób masą napełnia się dobrze oczyszczone i wysuszone, a nawet spłókane spirytusem flaszki (spirytus należy osączyć) Flaszki korkuje się korkami, wygotowanymi w osolonej wodzie i zalewa lakiem do pieczętowania.

Do takiego sposobu konserwowania nadają się wszystkie owoce gronowe z wyjątkiem malin. Przede wszystkim nadają się tutaj: poziomki, czarne jagody, borówki i żórawiny.

Jednak nawet owoce, konserwowane dwoma przed chwilą opisanymi sposobami, nie są w stanie całkowicie zastąpić surówek. Obok nich należy zawsze dostarczać małym dzieciom zupełnie świeże owoce, albo też soki roślinne. W zimie jest to jeszcze ważniejsze niż latem.

Konserwowanie jarzyn. Z jarzyn najbardziej nadają się do konserwowania przez wygotowanie — **pomidory.** Można je przechowywać rozmaitymi sposobami. Za najbardziej godne polecenia uważam skręcenie surowych pomidorów i przepuszczenie ich przez maszynkę do mielenia mięsa, albo też pokrajanie ich na cienkie plasterki. Tak przygotowanymi pomidorami napełniamy wygotowane flaszki aż po szyjkę. Korkujemy flaszki mocno, przyczem korki muszą być uprzednio wygotowane w osolonej wodzie. Napełnione pomidorami i mocno zakorkowane butelki wstawiamy do wielkiego garnka z dobrze ciepłą, wodą aż po szyjkę flaszek. Potem zamykamy garnek pokrywą i stawiamy go na dużym ogniu, aby woda zaczęła się szybko gotować. Dno kociołka oraz przestrzeń pomiędzy flaszkami należy wypełnić słomą lub papierem. Gotować należy 20—30 minut. Po wygotowaniu flaszek zalewamy korki pechem, co szczelnie zamyka fla zki przed dostępem powietrza.

Jarzyny strączkowe, o których dowiemy się bliżej w naszym następnym artykule, są doskonałym dopełnieniem dziecięcego jadłospisu,

a zarazem jedyną jarzyną, którą należy stosować w kuchni dziecięcej w **stanie suszonym.**

Dzieci bardzo lubią zielony cukrowy groszek. Wyłuskujemy go ze strączków na czystą serwetkę i suszymy najlepiej w cienistym miejscu na otwartym powietrzu, albo też w pokoju, przez kilka dni, potem odkładamy go do przechowania. Przed użyciem kładziemy groszek na kilka godzin do wody, aby w niej napęczniał.

Inne jarzyny należy, zwłaszcza na wsi, przechowywać na zimę w świeżym, niezakonserwowanym stanie. Celem przechowania zakopujemy jarzyny w piasku na otwartym powietrzu, albo też w piwnicy, O tym wszakże będzie mowa później.

Marja Anna Frostigowa.

Redakcja i Administracja Litewska 16. Tel. 9-41-00. Konto P.K.O. 14 555
Prenumerata „MŁODEJ MATKI“ płatna tylko z góry:
W kraju: rocznie zł. 10.—, półrocznie zł. 5.—, kwartalnie zł. 2.50.
Za granicą: rocznie zł. 15.—, półrocznie zł. 7.50.
Prenumeratę dwutygodnika „MŁODA MATKA“ przyjmują wszystkie księgarnie, oraz urzędy pocztowe w kraju i za granicą.
Rękopisów Redakcja nie zwraca.
Redaktorka L. Czechowska przyjmuje interesantów w środy od godz. 15½ do 16½.

Wydawca: Polski Komitet Opieki nad Dzieckiem.

Redaktorzy: Dr. R. Barański i L. Czechowska.

Drukarnia M. Golaszewski i Syn, Warszawa, ul. Czerniakowska Nr. 131. Telefon Nr. 9-38-57